5.029 Polievka hovädzia s mäsom , hráškom a ryžou
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
hovädzie zadné	1,80	1,80	2,00	2,00	2,30	2,30	2,50	2,50
cibuľa	0,30	0,25	0,35	0,30	0,40	0,34	0,50	0,42
mrkva	1,00	0,80	1,00	0,80	1,20	0,96	1,50	1,20
petržlen	0,50	0,40	0,50	0,40	0,70	0,56	0,70	0,56
zeler	0,50	0,40	0,50	0,40	0,70	0,56	0,80	0,64
ryža	0,40	0,40	0,40	0,40	0,45	0,45	0,50	0,50
hrášok sterilizovaný b. n.	0,50	0,50	0,50	0,50	0,60	0,60	0,70	0,70
petržlenová vňať čerstvá	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,15	0,11
soľ	0,06	0,06	0,08	0,08	0,10	0,10	0,12	0,12
korenie čierne celé			0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03
ochucovadlo					0,05	0,05	0,05	0,05
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	
hmotnosť mäsa v g	11		12		12		15	

Receptúra

Výrobný postup

Hovädzie mäso vcelku, umyté pod tečúcou vodou, vložíme variť do studenej vody. Pridáme očistenú celú cibuľu, korenie, soľ a varíme. Umytú, očistenú koreňovú zeleninu pokrájame a dáme variť k polomäkkému mäsu. Ryžu preberieme, umyjeme a uvaríme. Mäkké mäso vyberieme, do vývaru dáme uvarenú ryžu, hrášok a dovaríme. Mäso pokrájame na drobné kúsky, môžeme i zomlieť a vložíme do polievky Varíme ešte 20 minút. Dochutíme umytou posekanou petržlenovou vňaťou pred konzumáciou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	Vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	178	43	4,18	0,4	0,0	5,0	0,8	25,7	0,7	0,182	0,0	0,0	5,4	0,0
B	188	45	4,57	0,5	0,0	5,1	0,9	28,0	0,7	0,182	0,0	0,0	5,4	0,0

C	228	55	5,36	0,5	0,0	6,3	1,1	34,2	0,9	0,231	0,0	0,0	7,2	0,0
D	255	61	5,89	0,6	0,0	7,2	1,3	40,0	1,0	0,287	0,0	0,1	8,3	0,0